

SISÄISIÄ TEKIJÖITÄ

Suojatekijät

- Fyysisestä terveydestä huolehtiminen
- Kyky sanoittaa ja ilmaista tunteita
- Kyky luoda ja ylläpitää ystävä- ja kaverisuhteita
- Kyky ratkaista ongelmia ja ristiriitoja
- Mieltä askarruttavusta asioista puhuminen
- Itsensä toteuttaminen esimerkiksi harrastusten kautta
- Itsensä arvostaminen ja hyväksyminen
- Hyväksytyksi tulemisen tunne
- Perimä
- Varhaiset ihmissuhteet

ULKOISIA TEKIJÖITÄ

- Perhe, ystävät ja läheiset ihmiset
- Koulussa käyminen, opiskelu ja työnteko
- Turvaverkon jäsenten tuki ja hyvät suhteet turvaverkon ihmisiin
- Kyky uskaltaa ja osata hakea apua ajoissa auttamispalveluista
- Kuulluksi tuleminen
- Turvallinen kasvuympäristö
- Vanhempien työ ja toimeentulo

Riskitekijät

- Itsetunnon haavoittuvuus
- Huonot suhteet kavereihin, vanhempiin, läheisiin
- Yksinäisyys, eristäytyminen ja vieraantuminen tutuista ihmissuhteista
- Avuttomuuden tunne
- Huonommuuden tunne
- Oppimisvaikeudet
- Biologiset tekijät, kehityshäiriöt
- Sairaudet

- Erot ja menetykset
- Väkivalta, kiusaaminen
- Alkoholin tai muiden päihteiden käyttö
- Syrjäytyminen
- Haitallinen elinympäristö
- Työttömyys tai sen uhka
- Psykkiset häiriöt perheessä
- Hyväksikäyttö